

MES: Junio 2025

CEIP MIRAFLORES

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
<p>2</p> <p>Potaje de garbanzos Salmón con salsa de tomate con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos)</p> <p>VE:2.505/599 GT:18 GS:2 HC:66 AZ:24 PROT:41 SAL:2</p>	<p>3</p> <p>Crema de zanahoria (eco.) Pollo en salsa (patata, cebolla, zanahoria y tomate) Fruta y pan integral (* 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:2.499/598 GT:19 GS:4 HC:73 AZ:20 PROT:31 SAL:2</p>	<p>4</p> <p>Macarrones integrales (eco.) con salsa napolitana (tomate, calabacín y albahaca) Filete de merluza en salsa verde (guisante, cebolla, ajo y perejil) con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos)</p> <p>VE:2.502/599 GT:19 GS:2 HC:76 AZ:24 PROT:27 SAL:2</p>	<p>5</p> <p>Alubias estofadas con verduras Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga Yogur y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta)</p> <p>VE:2.545/609 GT:22 GS:5 HC:72 AZ:19 PROT:26 SAL:1</p>	<p>6</p> <p>Verdura tricolor (patata, zanahoria, judía verde) Magro a la campesina Fruta y pan (* 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:2.504/599 GT:23 GS:2 HC:69 AZ:24 PROT:24 SAL:2</p>	<p>7</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>	<p>8</p> <p>1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos</p>
<p>9</p> <p>Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos)</p> <p>VE:2.542/608 GT:19 GS:3 HC:81 AZ:19 PROT:26 SAL:2</p>	<p>10</p> <p>Patatas guisadas Filete de abadejo al horno con verduritas (cebolla, zanahoria y pimiento) Fruta y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos)</p> <p>VE:2.474/592 GT:22 GS:2 HC:71 AZ:18 PROT:24 SAL:1</p>	<p>11</p> <p>Judías verdes con refrito Pavo guisado con verduras (cebolla, zanahoria, patata y tomate) Fruta y pan (* 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:2.514/601 GT:25 GS:5 HC:63 AZ:24 PROT:27 SAL:2</p>	<p>12</p> <p>Sopa de cocido con pasta Cocido completo con ensalada de lechuga Yogur y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta)</p> <p>VE:2.632/630 GT:20 GS:5 HC:78 AZ:20 PROT:30 SAL:2</p>	<p>13</p> <p>Arroz caldoso de verduras Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos)</p> <p>VE:2.542/608 GT:24 GS:4 HC:78 AZ:18 PROT:19 SAL:1</p>	<p>14</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>15</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>
<p>16</p> <p>Alubias guisadas Filete de merluza en salsa marinera (tomate, cebolla, ajo y especias) con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos)</p> <p>VE:2.549/610 GT:20 GS:2 HC:74 AZ:19 PROT:30 SAL:1</p>	<p>17</p> <p>Crema de calabacín (eco.) Magro guisado con verduras Fruta y pan integral (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos)</p> <p>VE:2.512/601 GT:19 GS:1 HC:79 AZ:20 PROT:26 SAL:1</p>	<p>18</p> <p>Lentejas a la jardinera Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)</p> <p>VE:2.504/599 GT:24 GS:5 HC:67 AZ:20 PROT:27 SAL:2</p>	<p>19</p> <p>Menestra de verduras salteadas Guiso de caballa con patatas Yogur y pan integral (* 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:2.537/607 GT:27 GS:4 HC:63 AZ:22 PROT:24 SAL:2</p>	<p>20</p> <p>FIN DE CURSO Espirales al pomodoro Pechuga de pollo empanada Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:2.464/589 GT:18 GS:3 HC:85 AZ:23 PROT:19 SAL:2</p>	<p>21</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>22</p> <p>1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos</p>
<p>23</p> <p>1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos)</p>	<p>24</p> <p>1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta)</p>	<p>25</p> <p>1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos)</p>	<p>26</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos (* 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p>	<p>27</p> <p>1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta)</p>	<p>28</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>29</p> <p>1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta</p>
<p>30</p> <p>1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta)</p>				<p>TODOS LOS MENÚS IRÁN ACOMPAÑADOS DE AGUA</p>		

(*) Recomendación cena (***) Recomendación comida // A partir de 18 meses